GUARDA e CUCINA

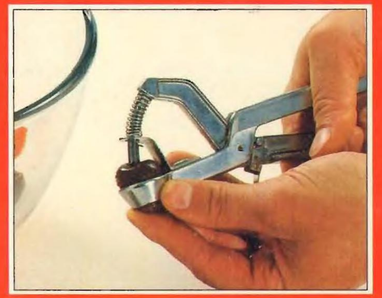
FABBRI EDITORI

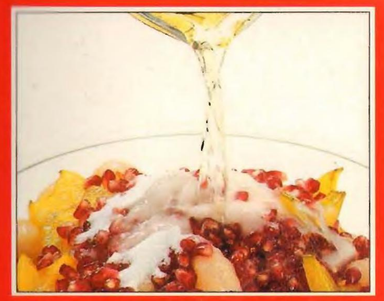
GUARDA e CUCINA

Successo a tavola, con le ricette illustrate passo dopo passo

È IL MOMENTO DELLA FRUTTA

20





FABBRI EDITORI

Un libro Dorling Kindersley

Tratto da Look & Cook:
Fruit Desserts e Asian Cooking
Copyright © 1992 Dorling Kindersley Limited, Londra
Copyright del testo © 1992 Anne Willan

Per l'edizione italiana: Copyright © 1994 R.C.S. Libri & Grandi Opere S.p.A., Via Mecenate 91 - Milano

Direzione Fascicoli
GIULIANA ZUCCOLI BELLANTONI

Progettazione Editoriale
ALDA CASTAGNETTI

Art Director
CESARE BARONI

Produzione Editoriale
ISABELLA ASCOLI

Coordinamento Redazionale
LAURA SOTTILI

Progetto Editoriale
MADDALENA RIMOLDI

Realizzazione Editoriale
MATEX A.G.E.

Direttore Responsabile: Giovanni Giovannini

Iscrizione al Registro Nazionale della Stampa
n. 00262, vol. III, foglio 489 del 20/9/1982
Registrazione n. 634 del 5/12/1994 presso il Tribunale di Milano
Diffusione: R.C.S. Libri & Grandi Opere S.p.A.
Via Mecenate, 91- 20138 Milano - tel. 02/5095.1
Distribuzione per l'Italia: RCS Rizzoli Periodici S.p.A.
Via A. Rizzoli, 2 - 20132 Milano
Pubblicità e progetti speciali: ALBERTO POMPAS
✆Abbonamenti: tel. 02/55190514

Spedizione in abbonamento postale 50%-Milano

Servizio arretrati: Gli arretrati delle pubblicazioni Fabbri sono disponibili per un anno dal loro completamento e possono essere richiesti al proprio edicolante, oppure direttamente alla R.C.S. Libri & Grandi Opere S.p.A. - Ufficio Arretrati, tel 02/5095.2444/2221/2236 - Via Mecenate, 91 - 20138 Milano, che effettuerà la spedizione contro assegno postale. Per i numeri arretrati da oltre un mese è applicato un sovrapprezzo di L. 1000 sul prezzo di copertina.

È IL MOMENTO DELLA FRUTTA

Secondo i nutrizionisti la frutta andrebbe consumata nell'arco della giornata, e non è giusto relegare questo scrigno di elementi preziosi solo alla fine dei pasti. Le nostre proposte nascono come dessert ma possono trovare altre destinazioni. Così la macedonia di frutta, raccolta in un cestino di anguria o di melone, può trionfare sul vassoio della prima colazione; le frittelle di mele, ananas e banana, avvolte in una croccante pastella possono alternarsi con le pesche al forno farcite di amaretti; la cagliata alle mandorle con frutta fresca può mantenere il ruolo tradizionale che ha in Cina, proposta tra due portate salate. E poi ancora tante idee, da provare subito perché... è sempre il momento della frutta!

MACEDONIA DI FRUTTA ESTIVA — *da pagina* 4 *a pagina* 9

COMPOSTA DI PERE E RIBES — *da pagina* 10 *a pagina* 13

PERE BELLA ELENA — *da pagina* 14 *a pagina* 19

PESCHE AL FORNO CON AMARETTI — *da pagina* 20 *a pagina* 23

CAGLIATA ALLE MANDORLE CON FRUTTA FRESCA — *da pagina* 24 *a pagina* 27

FRITTELLE DI FRUTTA CON SALSA DI ARANCE — *da pagina* 28 *a pagina* 33

E IN PIÙ... — *da pagina* 34 *a pagina* 35

MACEDONIA DI FRUTTA ESTIVA

DOSI PER 8-10 PERSONE PREPARAZIONE 40-45 MINUTI*

UTENSILI

ciotole

denocciolatore

pentolino

coltellino

coltello da cucina

cucchiaio di metallo

scavino

cucchiaio forato

cucchiaio di legno

pellicola trasparente

tagliere

INGREDIENTI

anguria

melone cantalupo

ciliege

frutti di bosco misti

pesche noci

Grand Marnier (facoltativo)

succo d'arancia appena spremuto

pesche

zucchero semolato

Una buona macedonia richiede una grande varietà di frutta. Pertanto aggiungete tutta la frutta che desiderate o sostituite quella consigliata con altra di stagione. La macedonia avanzata può essere servita il giorno successivo con palline di gelato alla vaniglia.

SUGGERIMENTI UTILI

La macedonia di frutta nel cestino d'anguria si può conservare in frigo, coperta, per 6-8 ore.

** calcolare altre 4 ore di macerazione*

COSA OCCORRE

1 anguria media
175 g di ciliege
250 g di frutti di bosco misti (fragole, lamponi, mirtilli, more)
1 melone cantalupo del peso di circa 600 g
2 grosse pesche
2 pesche noci
Per la macerazione
60 g di zucchero semolato
125 ml di succo d'arancia appena spremuto
30-45 ml di Grand Marnier (facoltativo)

I CONSIGLI

"Al momento di acquistarla, scuotere l'anguria perché i semi maturi dovrebbero staccarsi dalla polpa. I meloni dovranno avere un profumo fragrante ed essere piuttosto teneri alla sommità."

SEQUENZA DI LAVORO

1 PREPARAZIONE DEL CESTINO DI ANGURIA

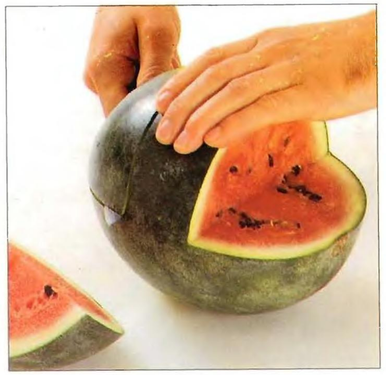
2 PREPARAZIONE DELLA MACEDONIA

3 COMPLETAMENTO DELLA MACEDONIA

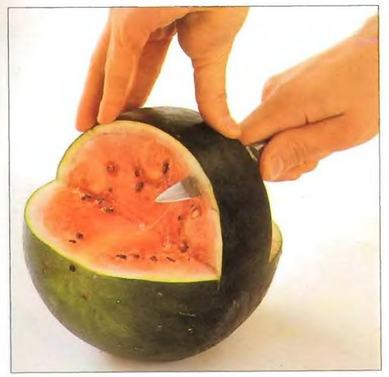
1 PREPARAZIONE DEL CESTINO DI ANGURIA

1 Tagliare via una fetta sottile a una estremità dell'anguria in modo da poterla posizionare stabilmente sul piano da lavoro.

2 Tagliare l'anguria in senso longitudinale a circa 2,5 cm dal centro fino ad arrivare a metà del frutto. Girare l'anguria e ripetere l'operazione dall'altro lato in modo da ottenere una striscia di 5 cm al centro.

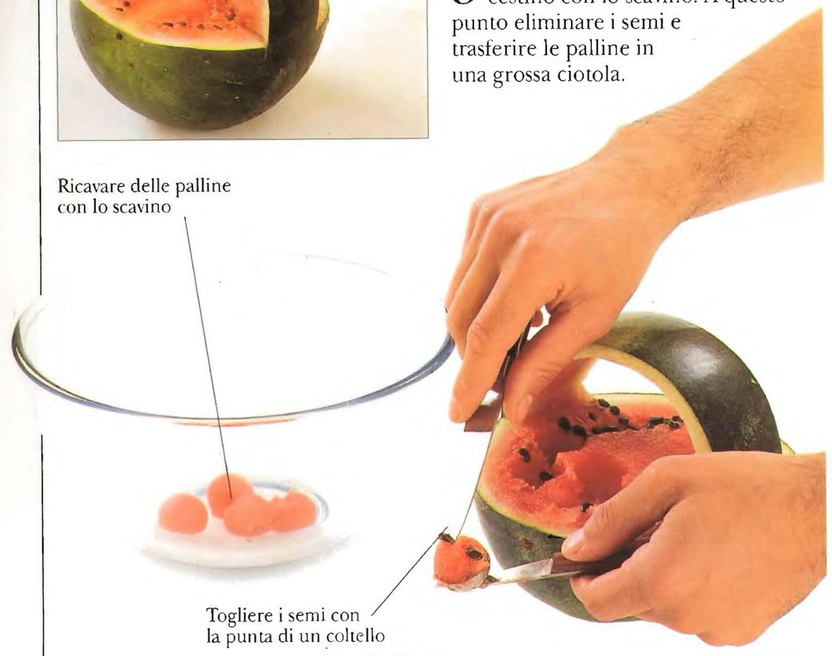


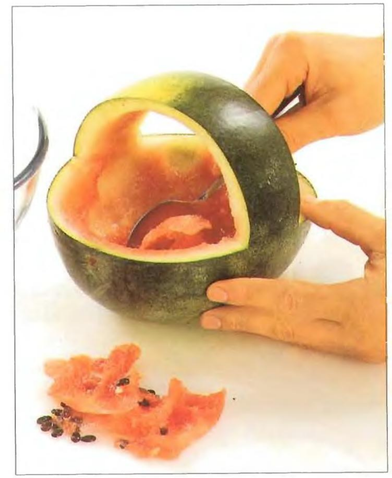
3 Partire dall'estremità dell'anguria e fare un taglio orizzontale verso il centro, rimuovendo il cuneo di anguria. Ripetere dall'altro lato.



4 Con il coltello, incidere la polpa seguendo l'arco dell'"impugnatura" e rimuovere la polpa.

5 Rimuovere la polpa dalla scorza del cestino con lo scavino. A questo punto eliminare i semi e trasferire le palline in una grossa ciotola.



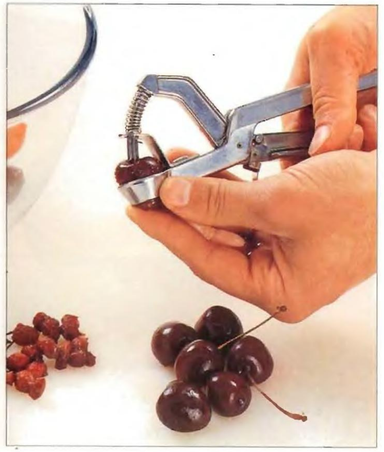


6 Rimuovere la polpa rimasta con un cucchiaio di metallo. Tenere in frigorifero il cestino di anguria fino al momento di servirlo.

!ATTENZIONE!

Non incidere il fondo altrimenti il succo del frutto comincerà a colare.

2 PREPARAZIONE DELLA MACEDONIA



1 Snocciolare le ciliege e aggiungerle alle palline di anguria nella ciotola.

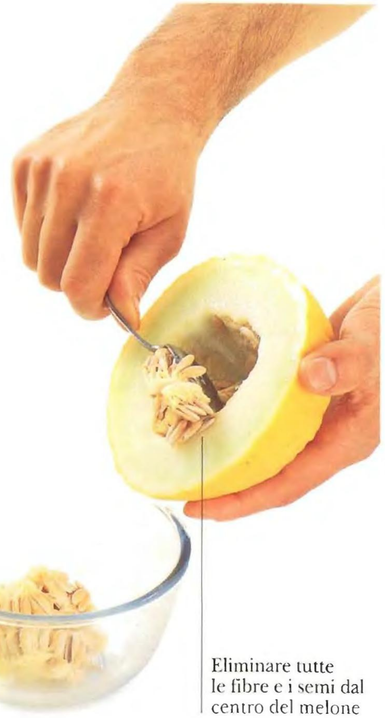
I CONSIGLI
"Se non disponete di un denocciolatore, potete rimuovere i noccioli con la punta di un pelaverdure."

2 Pulire i frutti di bosco lavandoli velocemente. Pulire le fragole e se sono grandi tagliarle a metà o a quarti. Aggiungere all'anguria e alle ciliege le fragole e i frutti di bosco.

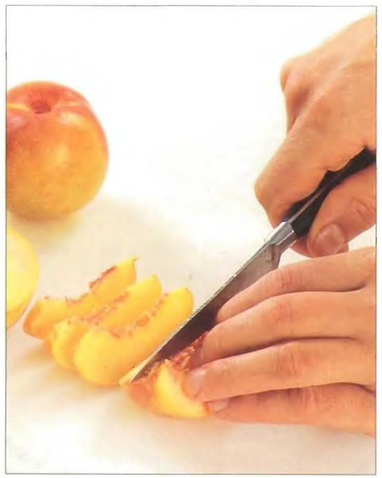
Rimuovere il picciolo delle fragole con un coltellino

3 Dividere a metà il melone, eliminare i semi e ricavare le palline di polpa con lo scavino; aggiungerle poi al resto della frutta nella ciotola.

Il cestino sarà più ricco se si utilizzeranno diversi tipi di frutta



Eliminare tutte le fibre e i semi dal centro del melone



4 Immergere per 10 secondi le pesche in acqua bollente, poi trasferirle in acqua fredda. Tagliare ciascuna pesca a metà, rimuovere il nocciolo e la buccia, poi tagliare ciascuna metà in sei spicchi. Lavare le pesche noci e tagliarle a metà, eliminare il nocciolo e tagliare ogni metà in 6 spicchi.

3 COMPLETAMENTO DELLA MACEDONIA

1 Distribuire lo zucchero sulla frutta e versare il succo d'arancia e il Grand Marnier, se lo si usa. Mescolare con delicatezza. Coprire la ciotola con la pellicola e lasciar riposare in frigo per 4 ore mescolando di tanto in tanto.

!ATTENZIONE!
Mescolare con delicatezza per non rompere i pezzi di frutta.

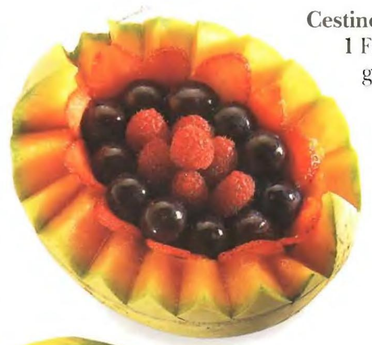
2 Distribuire la macedonia di frutta e il succo nel cestino di anguria e servire il tutto ben freddo.

VARIANTE

CONTENITORI ALTERNATIVI PER LA MACEDONIA

Anche i meloni possono diventare un decorativo cestino per una macedonia. Ecco tre alternative al cestino di anguria.

Cestino di melone con bordi festonati
1 Effettuare un taglio orizzontale per separare il quarto superiore del melone. Voltare l'altra parte del melone verso di voi e fare 3 o 4 incisioni profonde.
2 Staccare la parte superiore della polpa del melone ed eliminare i semi e le fibre.
3 Servirsi dello scavino per ricavare palline di melone; raschiare la polpa rimanente.
4 Effettuare un taglio nel margine superiore piatto della base del melone e inserire il margine piatto del "coperchio" del melone, anch'esso festonato, nella scanalatura, in modo che appoggi sulla base.
5 Mescolare le palline di melone con le altre palline e distribuirle una sull'altra nel cestino.



Cestino di melone con bordo dentellato
1 Far penetrare la punta di un coltello grande fino al centro del melone a 45°, ricavando una fenditura di 1 cm.
2 Estrarre il coltello e reinserirlo con un angolo di 45° arrivando fino alla punta della prima incisione. Continuare in questo modo intorno a tutto il melone.
3 Separare le due metà, eliminare semi e fibre e riempire con la frutta.

Cestino semplice di melone
1 Scegliere meloni piccoli e tagliarli a metà. Estrarre ed eliminare i semi e le fibre, poi con lo scavino ricavare le palline di polpa.
2 Con un cucchiaio di metallo, raschiar via la polpa rimanente in modo che l'interno sia liscio.
3 Mescolare le palline di melone con le altre palline di frutta e di anguria e distribuirle nelle due metà.

VARIANTE

MACEDONIA ESOTICA

La frutta esotica arriva sui nostri mercati senza problemi durante tutto l'anno. È un tipo di frutta che si conserva a lungo, ma che dà il meglio di sé quando è consumata fresca e al giusto punto di maturazione.

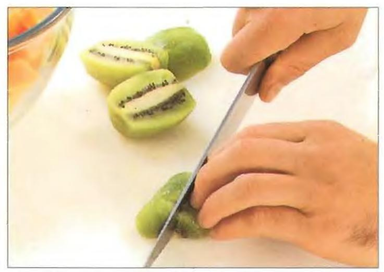
1 Eliminare la scorza di un ananas del peso di circa 750 g e poi inciderlo nel senso della lunghezza dividendolo a metà e rimuovendo l'anima. Tagliare le due metà a fette, trasversalmente.

2 Tagliare la polpa a pezzetti e metterli in una grossa ciotola.

3 Tagliare a metà due papaie del peso complessivo di circa 500 g. Estrarre i semi scuri.

4 Tagliare le papaie in quarti. Tenendo i quarti di papaia con la buccia rivolta verso di voi, rimuovere la buccia da ciascun quarto.

5 Tagliare la polpa della papaia a pezzi delle stesse dimensioni dei pezzetti di ananas e aggiungerli nella ciotola.



6 Eliminare le estremità dei tre kiwi. Mettere i frutti diritti sul piano di lavoro e sbucciarli dall'alto verso il basso, seguendo la curvatura del frutto. Tagliare i kiwi in quarti nel senso della lunghezza e poi affettarli. Infine aggiungerli nella ciotola.

7 Dividere a metà nel senso della lunghezza i due grossi mango rimanendo leggermente spostati rispetto al centro per evitare di incappare nel nocciolo. Ripetere l'operazione dall'altro lato ed eliminare il nocciolo. Tagliare la polpa del mango, formando un reticolo, senza però intaccare la buccia; poi rivoltare la buccia, aprire i tagli, staccare i cubetti così ottenuti e aggiungerli nella ciotola.

Incidere la polpa del mango a reticolo per staccare più facilmente i dadini

La carambola affettata è molto decorativa

8 Tagliare ed eliminare le estremità delle due carambole. Tagliare la polpa a fette spesse 1 cm e aggiungerle al resto della macedonia nella ciotola. Sgusciare 250 g di litchi freschi con un coltello, rimuovere l'estremità del gambo ed eliminare la buccia. Incidere la polpa dei litchi e rimuovere il nocciolo. In alternativa, usare 250 g di litchi in scatola ben scolati dal loro succo. Aggiungerli alla macedonia.

9 Rimuovere i semi di una melagrana (vedi riquadro a destra) e aggiungerli alla ciotola. Lasciar riposare la macedonia seguendo le istruzioni della ricetta principale e sostituendo il succo d'arancia e il Grand Marnier con del vino bianco e del rum.

COME RIMUOVERE I SEMI DALLA MELAGRANA

Fare molta attenzione quando si taglia la melagrana perché se si incidono i semi il loro succo colerà via.

1 Con la punta di un coltello fare un'incisione intorno alla parte inferiore del frutto e rimuoverla.

2 Incidere la pelle in quarti, facendo attenzione a non pungere i semi succosi all'interno.

3 Lavorando su una ciotola, spaccare il frutto a metà con le mani, seguendo le linee tracciate. Dividere ciascuna metà in quarti.

4 Premere sulla buccia dura di ciascun quarto, facendo cadere i semi nella ciotola. Eliminare i residui di membrana.

Composta di pere e ribes

Dosi per 4 persone | Preparazione 15-20 minuti* | Cottura 45 minuti circa

Utensili

frusta**

spremiagrumi

forchetta

cucchiaio forato

cucchiaio di metallo

coltellino

pelaverdure

carta forno

piatto termoresistente

ciotole

tegame a bordi alti

teglia da forno

** invece della frusta manuale si può usare una frusta elettrica

In questa ricetta le pere e il ribes aromatizzati alla vaniglia e alla crema di cassis sono spolverizzati di mandorle a lamelle e serviti con crema Chantilly profumata al cassis. Per la composta, scegliere frutta molto matura e succosa ma soda, che non si disfi cuocendo. Se non riuscite a trovare la crema di cassis, sostituitela con sciroppo di ribes nero.

Suggerimenti utili

Le pere e il ribes possono essere preparati tre giorni in anticipo e poi tenuti in frigorifero coperti con il loro liquido. Preparare invece la crema Chantilly al cassis non più di due ore prima di servire.

* *più il tempo per il raffreddamento*

Cosa occorre

4 pere sode del peso totale di circa 750 g
2 limoni
125 g di ribes
100 g di zucchero semolato
30 ml di crema di cassis (liquore al ribes nero)
1 baccello di vaniglia o mezza bustina di vanillina
45 g di mandorle a lamelle
Per la crema Chantilly al cassis
250 ml di panna da montare
15-30 g di zucchero a velo
15-30 ml di crema di cassis (liquore al ribes nero)

Ingredienti

pere

ribes

baccello di vaniglia

panna da montare

crema di cassis

zucchero semolato

zucchero a velo***

mandorle a lamelle

limoni

*** si può anche utilizzare lo zucchero semolato

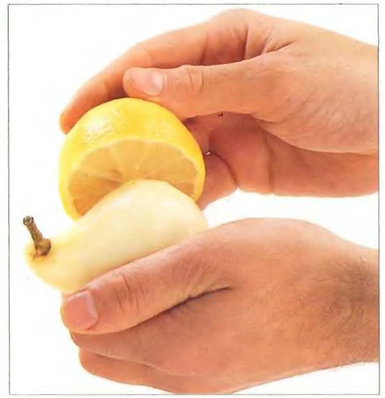
Sequenza di lavoro

1 Preparazione delle pere e del ribes

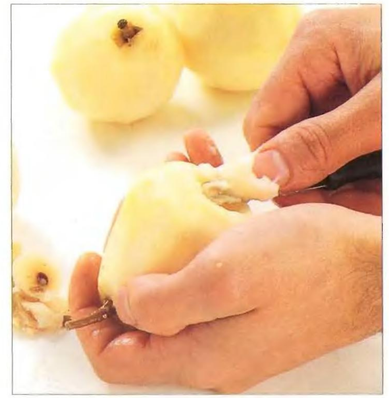
2 Cottura delle pere e del ribes

3 Preparazione delle mandorle e della crema Chantilly

1 Preparazione delle pere e del ribes



1 Pelare le pere lasciando il picciolo intatto. Tagliare uno dei limoni a metà e strofinare le pere con il mezzo limone per evitare che anneriscano.



2 Partendo dall'estremità inferiore della pera eliminare il torsolo e la parte centrale con il pelaverdure.

!ATTENZIONE!
Non danneggiare durante l'operazione la polpa della frutta.

3 Esaminare e pulire gli acini di ribes; staccarli dal loro gambo servendosi dei rebbi di una forchetta.

2 Cottura delle pere e del ribes

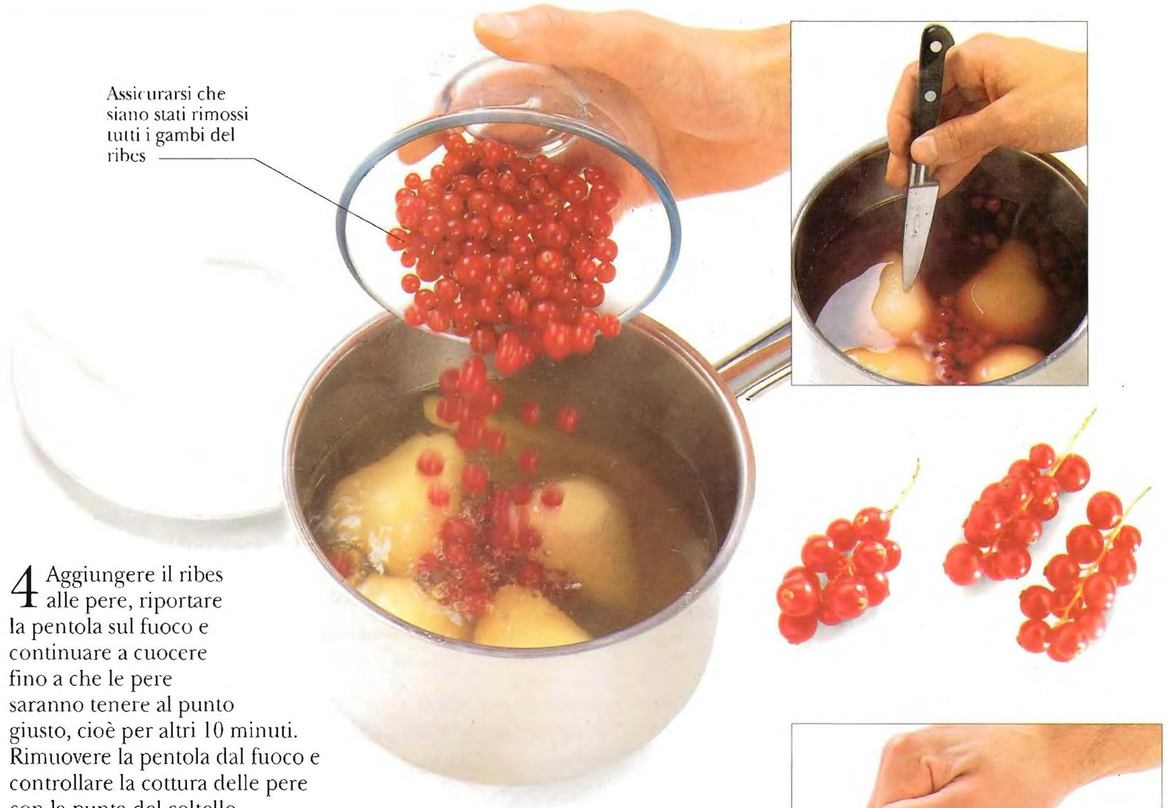
1 Togliere la scorza del secondo limone e spremerne il succo. Riunire la scorza e il succo di limone, lo zucchero, 500 ml di acqua e il baccello di vaniglia aperto e riscaldare fino a sciogliere lo zucchero.

2 Portare a bollore il liquido di cottura, rimuovere la pentola dal fuoco e aggiungere le pere intere.

I CONSIGLI
"La frutta dovrà essere completamente ricoperta di sciroppo, pertanto, se è necessario, aggiungere ancora acqua."

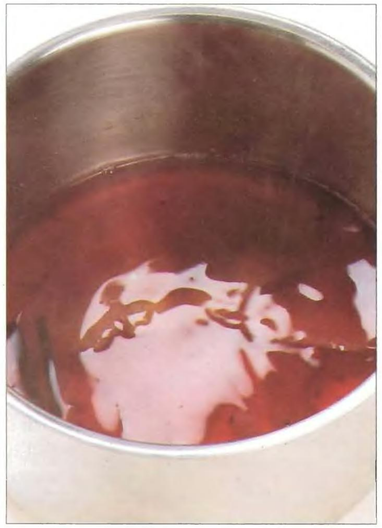
3 Coprire la frutta con un foglio di carta pergamenata e mettervi sopra un piatto resistente al calore. Cuocere a fuoco lento, per circa 15-25 minuti, fino a che le pere saranno quasi tenere.

!ATTENZIONE!
Non lasciare mai che il liquido bolla, altrimenti la parte esterna delle pere si disferà prima che l'interno sia cotto.



4 Aggiungere il ribes alle pere, riportare la pentola sul fuoco e continuare a cuocere fino a che le pere saranno tenere al punto giusto, cioè per altri 10 minuti. Rimuovere la pentola dal fuoco e controllare la cottura delle pere con la punta del coltello.

5 Lasciar raffreddare la frutta nel suo liquido di cottura e poi trasferire pere e ribes in una ciotola di vetro con il cucchiaio forato.



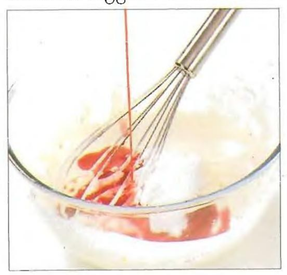
6 Far bollire il liquido di cottura per circa 5-7 minuti fino a che lo sciroppo si inspessisce e si riduce di circa la metà. Aggiungere la crema di cassis con l'essenza di vaniglia.

7 Lasciar raffreddare lo sciroppo, filtrarlo e versarlo su pere e ribes. Coprire la composta e metterla a raffreddare mentre si tostano le mandorle e si prepara la crema.

3 PREPARAZIONE DELLE MANDORLE E DELLA CREMA CHANTILLY

!ATTENZIONE!
Non lasciar bruciare le mandorle perché altrimenti diventeranno amare.

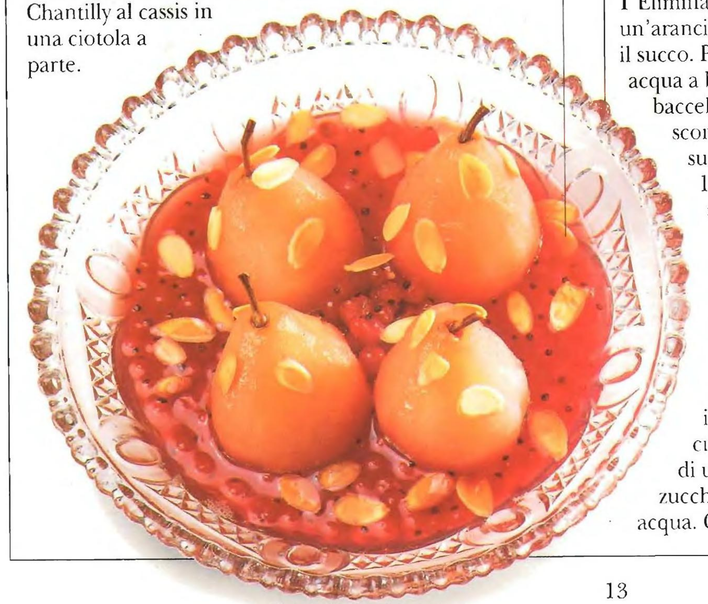
1 Portare il forno a 180 °C. Tostare le mandorle finché saranno leggermente dorate.



2 Per la crema Chantilly versare la panna in una ciotola fredda e montarla fino a che si inspessisce. Aggiungere lo zucchero e la crema di cassis e continuare a montarla fino a che, sollevando la frusta, vi rimarrà attaccata.

SERVIRE IN TAVOLA
Spolverizzare la composta con le mandorle tostate. Servire la crema Chantilly al cassis in una ciotola a parte.

Piacevole il contrasto tra mandorle croccanti e morbida composta



VARIANTI

COMPOSTA DI PESCHE NOCI

Le pesche noci si sposano bene con il cardamomo, mentre i pistacchi aggiungono un piacevole contrasto cromatico a questa variante alla composta di pere e ribes.

1 Dividere a metà 4 pesche noci ed eliminarne il nocciolo (il peso totale dovrà essere pari a circa 750 g).
2 Preparare lo sciroppo di cottura seguendo le istruzioni della precedente ricetta e sostituendo la vaniglia con semi di cardamomo leggermente schiacciati (1 cucchiaino).
3 Cuocere le pesche noci per circa 5-7 minuti, lasciarle raffreddare nel loro liquido di cottura e poi trasferirle nella ciotola in cui verranno servite. Far ridurre lo sciroppo di cottura e filtrarlo.
4 Mettere 30 g di pistacchi in un ciotola, coprire con abbondante acqua bollente, lasciar riposare per 5 minuti. Scolarli e pelarli.
5 Distribuire i pistacchi sulle pesche noci e servire.

COMPOSTA DI FRUTTA SECCA

1 Eliminare la scorza di un'arancia e spremerne il succo. Portare 750 ml di acqua a bollitua con il baccello di vaniglia, la scorza d'arancia e il succo e poi aggiungere 125 g di prugne e 125 g di albicocche secche. Lasciar cuocere per 10 minuti.
2 Aggiungere 75 g di uvetta sultanina e lasciare cuocere per altri 10 minuti fino a che la frutta non diventerà tenera.Far raffreddare e poi rimuovere la frutta.
3 Aggiungere lo zucchero e mescolare fino a completo scioglimento, poi portare il liquido a bollitura e lasciare che si inspessisca seguendo le istruzioni della composta di pere. Sostituire la crema di cassis con il rum. Tagliare a strisce la scorza di una seconda arancia e candirla in uno sciroppo di zucchero preparato con 30 g di zucchero e 30 ml di acqua. Guarnire con la scorza d'arancia candita.

Pere Bella Elena

Dosi per 6 persone | Preparazione 30-35 minuti * | Cottura 25-35 minuti

Utensili

Un dessert di pere sciroppate, gelato alla vaniglia e crema al cioccolato creato in onore della protagonista dell'opera di Offenbach "La Belle Hélène".

Suggerimenti utili

È un ottimo dessert da preparare in anticipo: il gelato può essere preparato anche con 2 settimane di anticipo e congelato. La crema al cioccolato può essere tenuta in frigorifero come pure le pere, coperte con il loro liquido di cottura, fino a un massimo di 3 giorni.

** più 4 ore di congelamento per il gelato*

Cosa occorre

2 limoni
6 pere sode del peso totale di circa 750 g
1 baccello di vaniglia
150 g di zucchero semolato
foglioline di menta fresca per la decorazione
Per il gelato alla vaniglia
625 ml di latte
1 baccello di vaniglia
150 g di zucchero semolato
8 tuorli d'uovo
30 ml di fecola
250 ml di panna da montare
Per la crema al cioccolato
250 g di cioccolato fondente
15 ml di brandy

Ingredienti

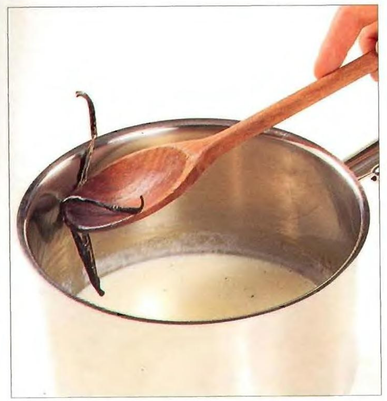
Sequenza di lavoro

1 Preparazione del gelato

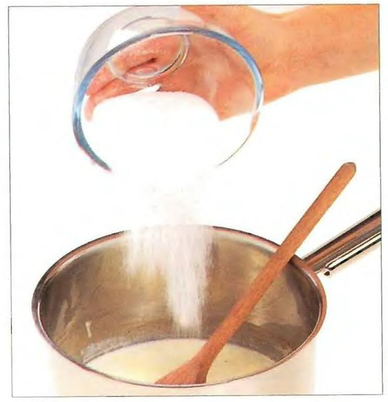
2 Cottura delle pere

3 Preparazione della crema al cioccolato e presentazione

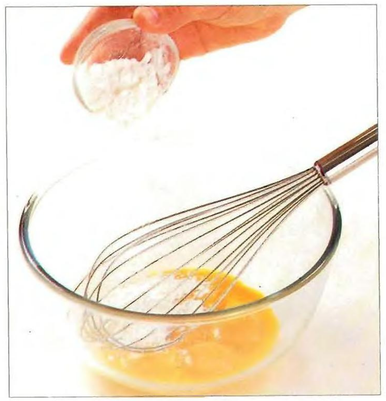
1 Preparazione del gelato



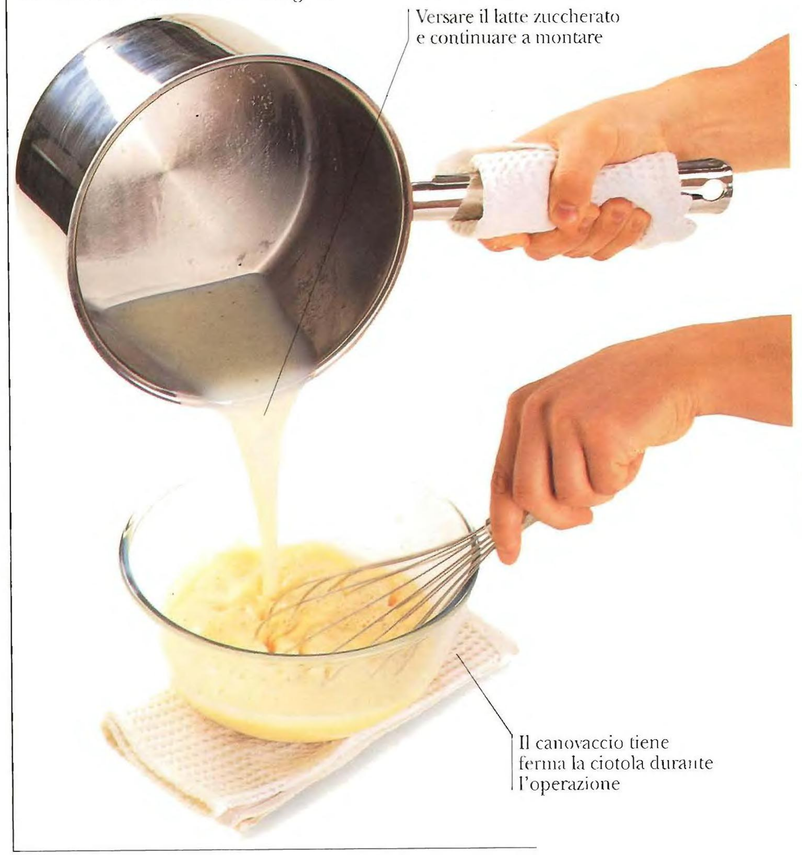
1 Versare il latte in un tegame di media grandezza. Dividere il baccello di vaniglia (vedi riquadro a pag. 17) e aggiungerlo al latte. Portare il latte a bollore, rimuoverlo dal fuoco, coprirlo e lasciarlo riposare in luogo tiepido per 10-15 minuti. Rimuovere il baccello di vaniglia.



2 Mettere da parte un quarto del latte vanigliato. Aggiungere lo zucchero al latte tiepido restante e mescolare con il cucchiaio di legno fino a completo scioglimento.



3 Mettere i tuorli d'uovo e la fecola in una ciotola media e montarli fino a ottenere una miscela liscia.

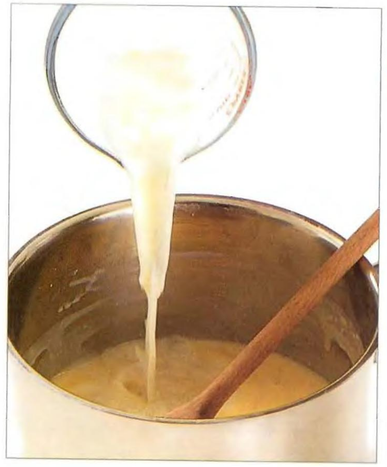


4 Incorporare il latte alla miscela di tuorli d'uovo fino ad ottenere un impasto liscio.

!ATTENZIONE!
La crema non va montata troppo a lungo altrimenti diventerà spumosa.

5 Portare a bollore la crema a calore medio mescolando in continuazione con un cucchiaio di legno. Avrà raggiunto la giusta consistenza quando l'indice passato sul dorso del cucchiaio velato di crema lascerà una striscia.

!ATTENZIONE!
Se la crema continua a bollire, impazzirà.



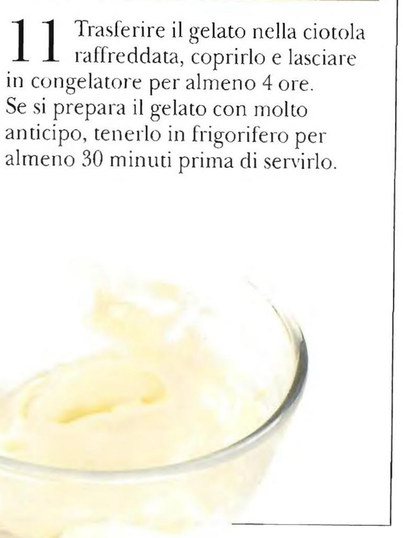
6 Aggiungere alla crema il restante latte vanigliato e continuare a mescolare con il cucchiaio di legno fino alla ripresa del bollore.

7 Far passare la crema pasticcera attraverso un setaccio e lasciar raffreddare. Se si forma una pellicina mescolare per eliminarla.

8 Versare la crema alla vaniglia nella gelatiera e preparare il gelato. Nel frattempo far raffreddare in frigorifero una grossa ciotola.

9 Versare la panna da montare in un'altra ciotola ben fredda e montare fino a che diventa spessa.

10 Aggiungere la panna montata alla crema alla vaniglia semisolidificata e continuare la congelazione.



11 Trasferire il gelato nella ciotola raffreddata, coprirlo e lasciare in congelatore per almeno 4 ore. Se si prepara il gelato con molto anticipo, tenerlo in frigorifero per almeno 30 minuti prima di servirlo.

2 Cottura delle pere

1 Tagliare un limone a metà. Pelare una pera lasciando intatto il picciolo.

2 Strofinare il mezzo limone sulla pera per evitare che diventi scura.

3 Lavorando dal basso, eliminare il torsolo e la parte fibrosa della pera con un pelaverdure, facendo attenzione a non rompere il frutto. Ripetere l'operazione con le altre pere.

Il picciolo dà un aspetto più naturale alla pera

4 Con il pelaverdure togliere la scorza al secondo limone e spremerne il succo.

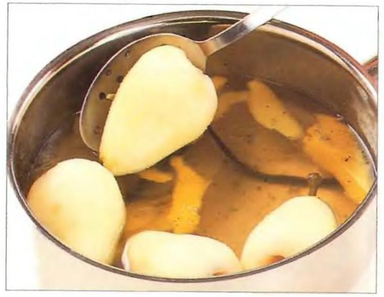
Come separare e utilizzare i baccelli di vaniglia

I baccelli di vaniglia si usano per aromatizzare i liquidi caldi, come il latte o lo sciroppo di zucchero. Prima dell'uso i baccelli vanno aperti per esporre i semi.

Tagliare a metà il baccello di vaniglia nel senso della lunghezza, aggiungerlo al liquido e portare a bollore. Rimuovere dal fuoco, coprire e lasciar riposare per 10-15 minuti. Per un forte aroma di vaniglia, rimuovere il baccello dal liquido, raschiare via i semi e poi rimetterli nel liquido per altri 10 minuti. Risciacquare il baccello, lasciarlo asciugare e metterlo da parte per un nuovo utilizzo.

5 Per preparare lo sciroppo di cottura, mescolare in un tegame 750 ml di acqua, il baccello di vaniglia (se si utilizza), la scorza e il succo di limone e lo zucchero.

6 Scaldare la miscela fino a completo scioglimento dello zucchero e poi portare a bollore.



7 Togliere la pentola dal fuoco e aggiungere con delicatezza le pere intere allo sciroppo di cottura.

I CONSIGLI

"Le pere devono essere ricoperte dallo sciroppo, pertanto se necessario aggiungere acqua fino a ricoprirle."

8 Tagliare un disco di carta pergamenata del diametro del tegame. Inumidirlo e sistemarlo sulle pere per tenerle immerse nello sciroppo.

9 Cuocere le pere a fuoco lento per 25-35 minuti, a seconda del loro grado di maturazione, fino a che il coltello non vi affonderà con facilità. Fare raffreddare le pere nel loro liquido.

!ATTENZIONE!

Il liquido non deve bollire, altrimenti le pere si disferanno all'esterno prima che l'interno sia cotto.

3 PREPARAZIONE DELLA CREMA AL CIOCCOLATO E PRESENTAZIONE

1 Tagliare il cioccolato a pezzi grossi con un coltello da cucina, metterlo in un pentolino con un po' d'acqua e scioglierlo a calore moderato, mescolando in continuazione.

2 Cuocere per 2-3 minuti fino a ottenere una crema piuttosto spessa. Togliere dal fuoco, aggiungere il brandy e tenere la crema in caldo.

3 Scolare bene le pere, metterne una al centro di ogni piatto da portata raffreddato. Sistemare 5 palline di gelato intorno a ciascuna pera. Versare con il mestolino un po' di crema al cioccolato tiepida sulle pere, decorare con le foglioline di menta e servire subito. Portare in tavola la crema restante in una ciotola.

VARIANTE

VENTAGLI DI PERE SCIROPPATE CON PANNA E CIOCCOLATO

Una presentazione invitante su un letto di panna, con il tocco finale del decoro al cioccolato.

1 Cuocere le pere nello sciroppo e preparare la crema di cioccolato seguendo le istruzioni; in questa variante non è previsto il gelato alla vaniglia.

2 Tagliare ciascuna pera a metà nel senso della lunghezza e poi ogni metà a fettine, sempre nel senso della lunghezza, lasciandole attaccate al picciolo. Premere leggermente con la punta delle dita ciascuna metà per separare le fette.

3 Distribuire 30-45 ml di panna da montare nei sei piatti da portata e smuoverli per livellare la panna. Sistemare due mezze pere su ciascun piatto allargandole a ventaglio.

4 Decorare la panna con un ghirigoro di crema al cioccolato che poi potrà essere allargato a distanze regolari con la punta di un coltello.

5 Mettere qualche cucchiaiata di crema al cioccolato su ciascuna metà vicino al picciolo e servire.

PESCHE AL FORNO CON AMARETTI

Dosi per 6 persone | Preparazione 15-20 minuti | Cottura 1 - 1¼ ore

Utensili

cucchiaio forato
coltellino
robot da cucina
cucchiaio di metallo
frusta*
ciotole
pentola di media grandezza
teglia da forno
tagliere
spatola flessibile

* in alternativa si può usare la frusta elettrica

Un dessert classico, molto diffuso nell'Italia settentrionale, facile da preparare e che può essere servito caldo o freddo. Il sapore amarognolo delle mandorle negli amaretti si sposa in modo meraviglioso con la dolcezza delle pesche. È essenziale che i frutti siano maturi e succosi, con la buccia priva di ammaccature.

Suggerimenti utili

Le pesche possono essere cotte in forno il giorno prima e tenute in frigorifero. Servirle fredde oppure coprirle con alluminio e scaldarle in forno a 180 °C per 15 minuti.

Cosa occorre

7 grosse pesche del peso totale di circa 1 kg
8-10 amaretti
60 g di zucchero semolato
1 tuorlo d'uovo
burro per ungere la teglia
foglioline di menta fresca per la decorazione
Per la crema Chantilly
125 ml di panna da montare
15-30 ml di zucchero semolato
15-30 ml di liquore all'amaretto

Ingredienti

pesche
amaretti
burro
zucchero semolato
tuorli d'uovo
panna da montare
liquore all'amaretto**
foglioline di menta fresca

** in alternativa usare del Kirsch

Sequenza di lavoro

1 Preparazione della farcia

2 Preparazione e cottura delle pesche

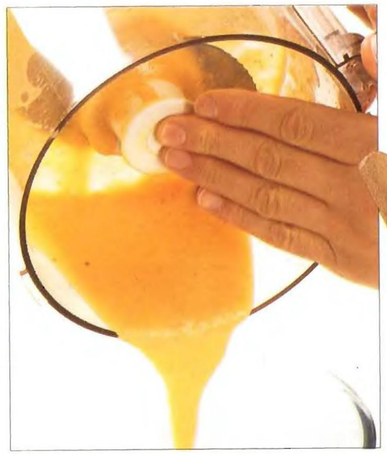
1 Preparazione della farcia

1 Riscaldare il forno a 180 °C. Pulire, snocciolare e pelare una pesca (vedi riquadro a pag. 22). Mettere gli amaretti nel robot da cucina e tritarli molto finemente; versarli in una ciotola.

I CONSIGLI

"Potete mettere gli amaretti in un sacchetto di plastica e schiacciarli con un matterello."

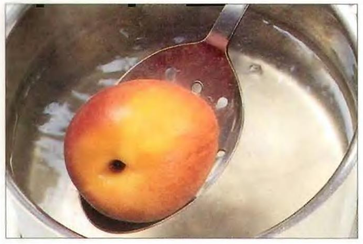
2 Mettere la pesca pelata nel robot. Frullare sino a che sarà diventata una purea spessa e morbida.



3 Trasferire la purea di pesca in una ciotola grande, raccogliendola bene con la spatola flessibile.

4 Aggiungere lo zucchero, i tuorli d'uovo e gli amaretti sbriciolati alla purea di pesca e mescolare bene.

SBOLLENTARE, SNOCCIOLARE E PELARE UNA PESCA



1 Portare a ebollizione un pentolino colmo d'acqua. Servendosi del cucchiaio forato, immergere la pesca in acqua bollente per circa 10 secondi.

2 Trasferire la pesca in acqua fredda sempre usando il cucchiaio forato.

I CONSIGLI

"Se le pesche non sono molto mature lasciarle in acqua bollente più a lungo."

3 Tagliare la pesca a metà seguendo la naturale scanalatura del frutto.

4 Usando entrambe le mani ruotare rapidamente le due metà in senso opposto per staccare la polpa dal nocciolo.

I CONSIGLI

"Se il nocciolo rimane attaccato alla pesca, staccare la polpa con un coltello."

5 Sollevare o estrarre il nocciolo con un coltello ed eliminarlo.

6 Sbucciare i frutti tagliati a metà.

2 PREPARAZIONE E COTTURA DELLE PESCHE

1 Imburrare una teglia da forno. Tagliare a metà le pesche restanti e rimuoverne il nocciolo senza pelarle. Se necessario estrarre un po' di polpa dal centro di ciascuna metà in modo che la cavità sia grande abbastanza per contenere la farcia.

2 Sistemare le metà con la cavità rivolta verso l'alto nella teglia da forno. Riempirle con la farcia.

I CONSIGLI

"Le pesche vanno sistemate una accanto all'altra in modo da riempire tutta la teglia."

PREPARARE LA CREMA CHANTILLY

La crema Chantilly è composta di panna montata addolcita con zucchero e aromatizzata con vaniglia, brandy, Kirsch o ad altri liquori e aromi, in base al gusto personale.

Montare la panna in una ciotola raffreddata fino a che si inspessisce. Aggiungere lo zucchero e gli aromi e continuare a montare fino a quando sarà ben ferma.

3 Cuocere le pesche nel forno già caldo per circa un'ora, un'ora e un quarto, fino a che saranno tenere. Nel frattempo preparare la crema Chantilly (vedi riquadro a sinistra).

SERVIRE IN TAVOLA

Trasferire le pesche ancora calde in piatti da portata individuali, distribuire il liquido di cottura sulle pesche e decorarle con la menta. Servire con panna montata in una ciotola a parte.

VARIANTE

FICHI AL FORNO CON AMARETTI

Scegliere dei fichi maturi, profumati e senza ammaccature.

1 Con un coltello eliminare le estremità del gambo di 14 fichi neri maturi ma sodi (peso totale circa 1 kg).

2 Pelare due fichi e ridurli in purea. Seguendo le istruzioni della ricetta precedente, preparare la farcia utilizzando la purea di fichi e 6-8 amaretti.

3 Incidere a croce i fichi restanti e aprirli esercitando una leggera pressione ai lati.
4 Riempire i fichi e cuocerli nel forno per 40-45 minuti.
5 Profumare la crema Chantilly con 45 ml di succo d'arancia e 15-30 ml di Grand Marnier o altro liquore all'arancia.
6 Servire i fichi caldi, due a persona, accompagnati dalla crema Chantilly.

CAGLIATA ALLE MANDORLE CON FRUTTA FRESCA

Xian Guo Xan Ren Dou Fu

DOSI PER 8 PERSONE — PREPARAZIONE 40 MINUTI*

UTENSILI

stampo quadrato di 20 cm di lato

tegami, di cui 1 con fondo pesante

bastoncini

cucchiaio di metallo

coltello a spatola

coltellino

ciotole

tagliere

I CONSIGLI

"Un tegame dal fondo pesante è necessario per cuocere il latte e lo zucchero senza che brucino."

Tradizionalmente, un pasto cinese non si conclude mai con il dolce, mentre una zuppa dolce oppure un dessert alla frutta vengono serviti tra una portata e l'altra per rinfrescare il palato. Questa preparazione, a base di latte addolcito ed essenza di mandorle, ricorda nell'aspetto il tofu, ben nota cagliata di soia, ma la sua delicata consistenza e il sapore ne fanno un piacevolissimo dessert per le tavole di noi occidentali.

** più 3-4 ore per il raffreddamento*

COSA OCCORRE

4 mandarini
500 g di litchi
8 rametti di menta fresca
Per la cagliata alle mandorle
600 ml di latte
60 g di zucchero
30 g di gelatina granulare
5 ml di essenza di mandorle
Per lo sciroppo di zucchero
60 g di zucchero semolato

INGREDIENTI

mandarini**

litchi***

zucchero

latte

essenza di mandorle

menta

gelatina

** o 250 g di mandarini in scatola, ben scolati

*** o una scatola di litchi da 400 g, ben scolati

SEQUENZA DI LAVORO

1 PREPARAZIONE DELLA CAGLIATA ALLE MANDORLE

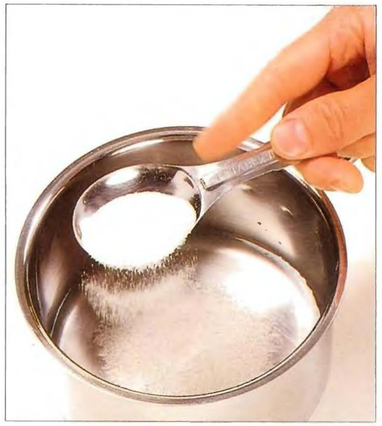
2 PREPARAZIONE DELLO SCIROPPO E DELLA FRUTTA

3 COMPLETAMENTO DEL DESSERT

1 PREPARAZIONE DELLA CAGLIATA ALLE MANDORLE

I bastoncini sono ottimi per mescolare

1 Unire in un tegame dal fondo pesante il latte e lo zucchero, portare a bollore e proseguire la cottura a calore medio mescolando, con i bastoncini, fino a quando lo zucchero si sarà sciolto.



2 Versare in un altro tegame 125 ml di acqua e unirvi la gelatina, lasciare riposare per circa 5 minuti.

3 Scaldare la pentola a calore bassissimo, scuotendola di tanto in tanto ma mai mescolando, fino a quando la gelatina si sarà sciolta.

4 Fuori dal fuoco, incorporare la gelatina al composto a base di latte, poi unirvi anche l'essenza di mandorle.

5 Versare il latte alle mandorle nello stampo. Lasciar raffreddare a temperatura ambiente, quindi coprire con pellicola trasparente e porre in frigo per 3-4 ore.

Il composto si rassoderà raffreddandosi

2 PREPARAZIONE DELLO SCIROPPO E DELLA FRUTTA

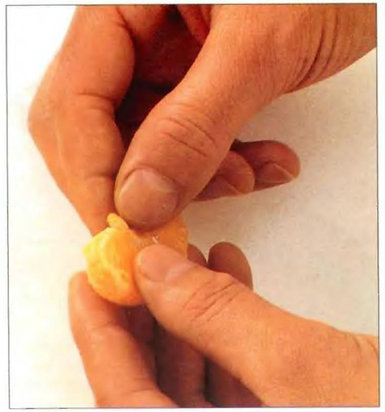
1 Per lo sciroppo, versare 125 ml di acqua in un tegame, unire lo zucchero e far cuocere, mescolando, finché lo zucchero si sarà sciolto.

2 Portare a ebollizione e lasciar cuocere per 1 minuto circa. Togliere dal fuoco e lasciar raffreddare.

3 Sbucciare i mandarini e dividerne gli spicchi con molta delicatezza.

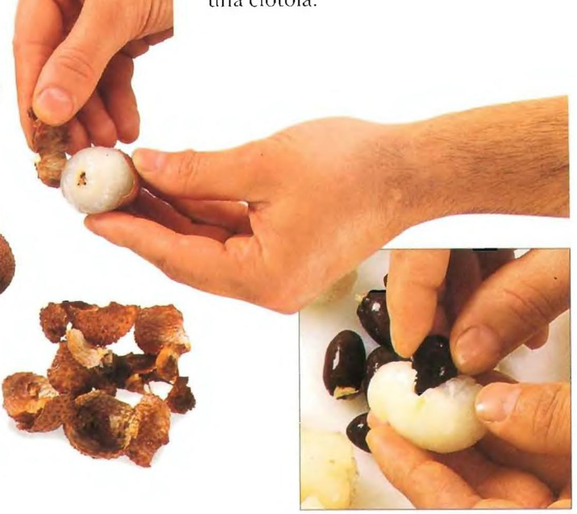
Scegliere mandarini ben succosi

Privare della scorza i mandarini e pelare gli spicchi al vivo sono operazioni da fare con le dita



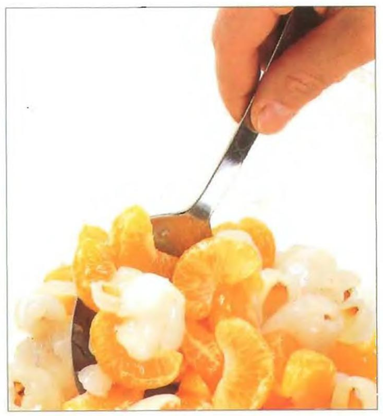
4 Staccare la membrana che riveste ogni spicchio e privarlo dei semi. Mettere gli spicchi così preparati in una ciotola.

La buccia ruvida che ricopre i litchi cela all'interno un frutto morbido, color perla



5 Sbucciare i litchi con le dita o con un coltellino, quindi aprire la polpa dei frutti da un lato per liberare il nocciolo centrale. Porli nella stessa ciotola dei mandarini.

6 Versare lo sciroppo di zucchero freddo sui litchi pelati e sugli spicchi di mandarino.

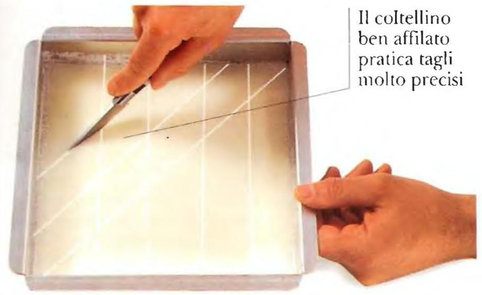


7 Mescolare con delicatezza, coprire e lasciar riposare in frigorifero almeno 1 ora prima di servire.

I CONSIGLI

"Se i mandarini freschi non fossero reperibili nello stesso periodo dei litchi freschi, si possono ovviamente utilizzare i frutti in scatola. Per un risultato più leggero, è preferibile scegliere frutti conservati nel proprio succo naturale."

3 COMPLETAMENTO DEL DESSERT



Il coltellino ben affilato pratica tagli molto precisi

1 Con un coltellino tagliare la cagliata alle mandorle in modo da ottenere 5 fette lunghe quanto lo stampo e larghe circa 4 cm. Praticare poi un taglio diagonale, da un lato al suo opposto. Fare dei tagli diagonali paralleli al primo in modo da ottenere rombi di cagliata. Passare la punta del coltello lungo i bordi dello stampo.

2 Distribuire la frutta in ciotoline individuali. Staccare la cagliata e sollevare delicatamente i rombi con un coltello a spatola.

3 Disporre due rombi in ogni coppetta, accanto alla macedonia.

SERVIRE IN TAVOLA

Decorare ogni coppetta con foglioline di menta e servire

La cagliata alle mandorle deve essere ben compatta e omogenea

I litchi sono tra i frutti cinesi più noti

VARIANTE

CAGLIATA ALLE MANDORLE CON PRUGNE E MANDORLE

XAN REN DOU FU LIZI XAN REN

In questa proposta, la cagliata viene tagliata a dadini piuttosto grossi e servita con prugne e mandorle tostate.

1 Non utilizzare mandarini, litchi e menta. Preparare la cagliata alle mandorle e passare in frigorifero come indicato nella ricetta principale.
2 Tagliare a metà 750 g di prugne fresche, liberandole del nocciolo. Tagliare ogni metà in 3 spicchietti. Preparare lo sciroppo di zucchero senza farlo raffreddare e unirvi le prugne. Stufare a fuoco dolce sino a quando saranno tenere, quindi lasciarle raffreddare nello sciroppo.
3 Portare il forno a 180 °C. Distribuire 50 g di mandorle a lamelle sulla placca e tostarle per 8-10 minuti, fino a quando saranno ben dorate.
4 Tagliare la cagliata in 9 quadrati, toglierli delicatamente dallo stampo con il coltello a spatola e porli su un tagliere. Tagliare ogni quadrato in 9 cubetti, quindi distribuire cubetti di cagliata, prugne e sciroppo in 8 coppette e servire.

SUGGERIMENTI UTILI

La cagliata e lo sciroppo possono essere preparati anche il giorno prima e conservati in frigorifero. Preparare la frutta, unirvi lo sciroppo e porre in frigorifero al massimo 2 ore prima.

FRITTELLE DI FRUTTA CON SALSA DI ARANCE

Dosi per 6-8 persone · Preparazione 20 minuti · Cottura 30-35 minuti

Utensili

frusta*

forchettone da carne

pelaverdure

levatorsoli

termometro, se necessario

una piccola formina tagliapasta

schiumarola

coltello grande da cucina

carta da cucina

pentolino

grosso cucchiaio di metallo

setaccio

ciotole

friggitrice**

tagliere

teglia da forno

* o una frusta elettrica
** o una padella

La pastella leggera consente di friggere la frutta mantenendone intatti aroma e sapore. La birra aggiunta alla pastella rende le frittelle croccanti.

Suggerimenti utili

La frutta, la pastella e la salsa si possono preparare con 6 ore di anticipo e tenere in frigorifero.
Unire gli albumi montati alla pastella prima di friggere.

Cosa occorre

1 ananas del peso di circa 1 kg
4 mele acidule del peso di 750 g
2 banane mature
olio per friggere
70-80 g di zucchero a velo
Per la pastella
125 g di farina
1 uovo
125 ml di birra leggera
2 albumi
50 g di zucchero semolato
15 ml di olio d'oliva
sale
Per la salsa di arance
3 arance
60 ml di marmellata d'arancia
25 g di zucchero semolato (facoltativo)

Ingredienti

arance

banane

birra leggera

ananas

mele

uova

farina

zucchero semolato

zucchero a velo

marmellata d'arance

olio d'oliva

albumi

olio per friggere

Sequenza di lavoro

1 Preparazione della pastella

2 Preparazione della salsa di arance

3 Preparazione della frutta

4 Cottura delle frittelle

1 Preparazione della pastella

1 Setacciare la farina in una grossa ciotola. Aggiungere il sale e fare una fontana al centro.

2 Aggiungere l' uovo intero e metà della birra.

I CONSIGLI
"Se si aggiunge troppa birra, la pastella tenderà a raggrumarsi."

3 Mescolare con la frusta fino a ottenere un impasto liscio. Aggiungere la birra rimanente. Coprire e far riposare per 30 minuti.

I CONSIGLI
"La pastella, se lasciata riposare, diventa più densa."

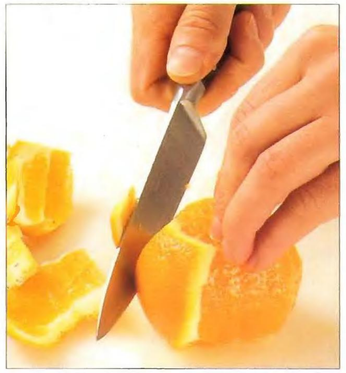
2 Preparazione della salsa di arance

1 Con il pelaverdure tagliare la scorza d'arancia a strisce. Tagliare le strisce a listarelle sottili.

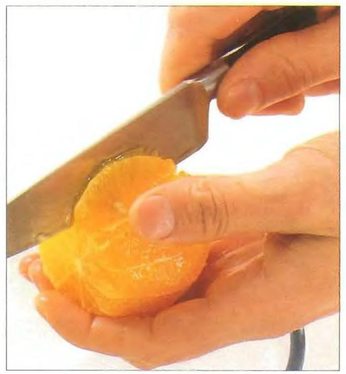
2 Mettere la scorza nel padellino e coprirla d'acqua. Portare a bollore e lasciar cuocere 2 minuti. Scolare e trasferire la scorza in una ciotola.

PELARE E TAGLIARE A SPICCHI GLI AGRUMI

La qualità di agrumi senza semi è la più indicata da ridurre in spicchi.



1 Con il coltello tagliare le estremità del frutto raggiungendo la polpa. Tenendo il frutto diritto sul tagliere, lavorare dall'alto in basso seguendone la curvatura naturale per eliminare scorza e pellicina esterna.



2 Tenendo il frutto in mano, affondare il coltello lungo uno dei lati di uno spicchio e separarlo dalla membrana. Ripetere l'operazione dall'altro lato dello spicchio ed estrarlo. Continuare allo stesso modo con tutti gli spicchi.

I CONSIGLI

"Tagliare a spicchi il frutto su una ciotola in modo da poter raccogliere il succo."

3 Pelare le 3 arance e dividerle a spicchi (vedi riquadro a sinistra) su una ciotola, in modo da raccogliere il succo. Aggiungere gli spicchi alle strisce di scorza d'arancia.

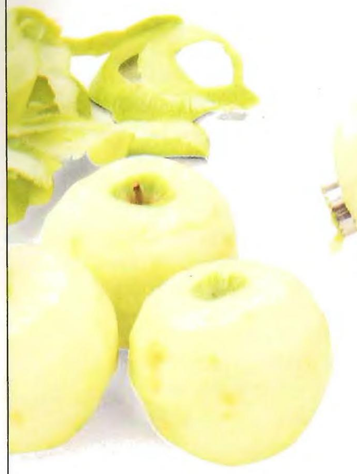
4 Mettere la marmellata e il succo d'arancia nel pentolino.

5 Riscaldare a fuoco lento fino allo scioglimento della marmellata mescolando di tanto in tanto.

6 Lasciar raffreddare, aggiungere gli spicchi d'arancia e le scorze e mescolare. Addolcire con lo zucchero e conservare in frigorifero.

3 PREPARAZIONE DELLA FRUTTA

1 Eliminare la scorza dell'ananas e tagliare quest'ultimo ad anelli (vedi riquadro in basso).
Pelare le mele con il pelaverdure; inserendo l'apposito utensile nella parte superiore attraverso il picciolo e spingendo verso la base, eliminare il torsolo e i semi.



2 Tagliare anche le mele ad anelli dello spessore di circa 1 cm.

I CONSIGLI

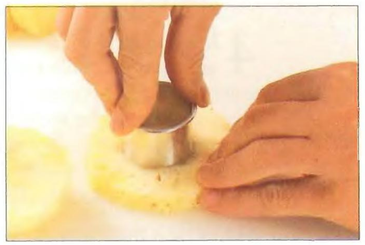
"È bene spruzzare le mele di succo di limone per evitare che anneriscano."

3 Sbucciare le banane e tagliarle diagonalmente a fette di 2,5 cm.

ELIMINARE LA SCORZA DELL'ANANAS E TAGLIARLO A FETTE

1 Tagliare il pennacchio e la base dell'ananas con il coltello grande da cucina e metterlo ritto su un tagliere. Rimuovere la scorza a strisce lavorando dall'alto verso il basso e seguendo la curvatura del frutto.
È necessario tagliare piuttosto in profondità per rimuovere gli occhi della scorza.

2 Tagliare l'ananas a fette trasversali spesse 1 cm.

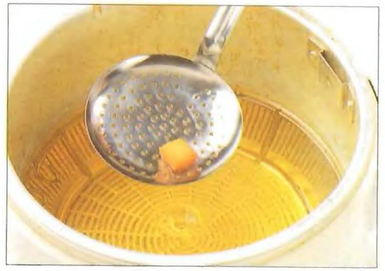


3 Eliminare il torsolo legnoso con la formina tagliapasta.

4 COTTURA DELLE FRITTELLE

1 Se necessario, allungare la pastella con un po' di birra in modo da ottenere una crema piuttosto liquida. Montare gli albumi a neve, aggiungere lo zucchero e continuare a montare per circa 30 secondi fino a che la superficie sarà liscia.

2 Aggiungere gli albumi alla pastella. Usando un grosso cucchiaio di metallo, amalgamare il tutto con un movimento rotatorio dall'alto verso il basso, facendo nello stesso tempo ruotare la ciotola in senso antiorario con l'altra mano. Continuare fino a quando gli albumi saranno incorporati.



3 Riscaldare l'olio nella friggitrice a 190 °C. Riscaldare il forno a temperatura molto bassa per tenere in caldo le frittelle.

I CONSIGLI
"Per controllare se l'olio ha raggiunto la giusta temperatura, friggere un dado di pane: deve dorarsi in 40 secondi."

4 Immergere 4 o 5 fettine di mela nella pastella; sollevarne una alla volta con il forchettone e lasciarla scolare per qualche secondo per eliminare la pastella in eccesso. Immergere con delicatezza le fettine di mela nell'olio, una alla volta.

!ATTENZIONE!
È importante friggere poche fettine alla volta in modo che la temperatura dell'olio rimanga costante.

5 Friggere le frittelle per 2-3 minuti da un lato e poi girarle con la schiumarola e farle dorare anche dall'altra parte.

6 Trasferire le frittelle sulla teglia da forno ricoperta da vari strati di carta assorbente. Tenere in caldo nel forno con lo sportello aperto. Friggere l'ananas e la banana nella stessa maniera.

SERVIRE IN TAVOLA
Sistemare le frittelle su un piatto di portata spolverizzandole con lo zucchero a velo e accompagnare con la salsa servita a parte.

Le frittelle sono ricoperte di una pastella croccante alla birra

I pennacchi dell'ananas diventano una piacevole guarnizione del piatto

VARIANTE

FRITTELLE DI FRUTTA ALLO CHAMPAGNE E COULIS DI LAMPONI

Lo champagne, o qualsiasi altro spumante, sostituisce la birra in queste leggere frittelle di frutta accompagnate da un profumato coulis (salsa) di lamponi.

1 Preparare la pastella seguendo le istruzioni della ricetta precedente, ma sostituendo la birra con champagne o altro spumante.
2 Preparare un coulis di lamponi: pulire 500 g di lamponi freschi oppure utilizzare quelli congelati. Frullarli per ridurli in purea, aggiungere 15-30 ml di Kirsch e 60-80 g di zucchero a velo a piacere. Passare la purea in un setaccio affinché il coulis diventi più liscio.
3 Preparare la frutta seguendo le istruzioni.
4 Friggere le frittelle e servirle con il coulis di lamponi.

Crostata di limone e arancia

Latte, panna, zucchero e succo di agrumi sono gli ingredienti base di questa crostata dal sapore dolce-amaro.

Dosi per 4 persone
Preparazione 25 minuti
Cottura 50 minuti

Cosa occorre

400 g di pasta frolla
1 dl e 1/2 di latte, 50 g di zucchero
2 tuorli d'uovo, 1 dl e 1/2 di panna
1 cucchiaino e 1/2 di gelatina per dolci in polvere
scorza e succo di 1 limone
scorza e succo di 1 arancia, fagioli secchi
Per guarnire
2 limoni tagliati a fette sottili, 100 g di zucchero

1 Foderare uno stampo per crostata con la pasta frolla, ricoprirlo con la carta oleata e riempirlo di fagioli secchi. Mettere in forno a 180 °C per 25-30 minuti. Togliere dal forno ed eliminare carta e fagioli.

2 Portare a bollore il latte con 25 g di zucchero. Frullare i tuorli con lo zucchero restante, quindi versarvi sopra il latte caldo. Far addensare la crema su fuoco dolce. Far sciogliere sul fuoco la gelatina nel succo di limone e d'arancia, lasciarla raffreddare e incorporarla alla crema. Aggiungere le scorze grattugiate e far raffreddare in frigorifero. Montare la panna e amalgamarla alla crema. Versarla nella sfoglia.

3 Mettere le fettine dei limoni, lo zucchero e 3 dl di acqua in una casseruola e far bollire adagio per 15 minuti. Rimuovere le fette e rimettere al fuoco lo sciroppo per 5 minuti. Disporre i limoni, a corona, sulla superficie della torta e versarvi sopra lo sciroppo.

Coppe di frutta allo spumante

Una macedonia di frutta mista, aromatizzata con spumante, Sherry e Maraschino per darle quel tocco in più.

Dosi per 12 persone
Preparazione 2 ore

Cosa occorre

2 bottiglie di spumante molto secco
1/2 bottiglia di Brandy
1/4 di bottiglia di Sherry o Vin Santo
uno spruzzo di Maraschino
6 fette di ananas
2 arance, 2 pere, 2 banane
2 cucchiaiate di zucchero semolato

1 Sbucciare le pere, eliminare il torsolo e tagliare la polpa a dadi non troppo grossi. Tagliare l'ananas a pezzettini. Sbucciare le banane e affettarle non troppo sottilmente. Lavare accuratamente le arance e affettarle con la buccia in spicchi di medio spessore.

2 Mettere la frutta così preparata in una coppa adeguata per macedonia e versarvi sopra lo zucchero semolato, lo spumante, il Brandy, lo Sherry e il Maraschino. Mescolare accuratamente in modo che la frutta si insaporisca uniformemente.

3 Mettere la coppa, coperta con un foglio di pellicola trasparente, in frigorifero fino al momento di servire in tavola. Aggiungere qualche cubetto di ghiaccio, eliminare le fette d'arancia, versare la macedonia in singole coppette e servire.

Banane al vino bianco

Una preparazione semplice ma dolcissima e ricca di profumo, grazie all'intensità dell'aroma delle banane, qui intensificato dalla cottura nel burro e da un pizzico di cannella grattugiata.

Dosi per 4 persone
Preparazione 10 minuti
Cottura 15 minuti

Cosa occorre

4 grosse banane
1 bicchiere di vino bianco di ottima qualità
2 cucchiaiate di zucchero
1 cucchiaiata di burro
cannella grattugiata

1 Sbucciare le banane e tagliarle a fettine di medio spessore. In una padella antiaderente fare sciogliere il burro, quando inizia a spumeggiare immergervi le fettine di banana e farle soffriggere mescolando spesso e facendo attenzione che non prendano troppo colore: dovrebbero essere solamente dorate.

2 Quando saranno giunte a cottura, cospargerle uniformemente con lo zucchero e irrorarle con il vino bianco. Lasciare insaporire sul fuoco la preparazione per qualche istante, sempre mescolando con un cucchiaio di legno.

3 Porre le fette di banana su un piatto da portata adeguato, oppure in singole porzioni, quindi spolverizzarle con un generoso pizzico di cannella grattugiata. A piacere guarnire la preparazione con qualche ciuffetto di menta fresca e con qualche pezzettino di stecca di cannella.

Crostatine con le fragole

Una base di frolla fragrante di burro accoglie fragole e panna montata, fondendosi in una vera delizia del palato.

Dosi per 4 persone
Preparazione 30 minuti
Cottura 20 minuti

Cosa occorre

200 g di farina bianca, 85 g di burro
75 g di zucchero semolato
1 tuorlo, 1 limone
fagioli secchi, sale
Per farcire le crostatine
800 g di fragoline, 200 g di panna montata
1 cucchiaiata di zucchero a velo
1/2 bicchiere di Marsala secco, 50 g di mandorle

1 Impastare la farina con il burro morbido a pezzettini (meno una noce), lo zucchero semolato, un pizzico di sale, il tuorlo e la scorza di mezzo limone grattugiata.

2 Stendere la pasta frolla con il matterello sulla spianatoia infarinata, rivestire con questa degli stampini per crostatine del diametro di 6-8 centimetri, imburrati, foderare la pasta con carta oleata, riempire con fagioli secchi e cuocere le "croste". Quando la cottura sarà ultimata, eliminare la carta con i fagioli.

3 Durante la cottura delle "croste" preparare la farcia: lavare le fragole, lasciarle scolare, affettarle e metterle in una terrina, unire lo zucchero a velo, il Marsala e conservare in frigorifero. Sbucciare le mandorle, tritarle e metterle in forno a tostare. Farcire le crostatine con le fragole e una rosetta di panna montata. Spolverizzare infine con le mandorle tritate.